docomo HEALTHCARE

ムーヴバンド

WMB-02C-K/WMB-02C-LB/WMB-02C-BR
/WMB-02C-PK

取扱説明書

ドコモ・ヘルスケアの製品をお買い上げいただき、
ありがとうございました。

- 安全に正しく使用していただくために、本書をお読みください。
- 本製品は 2015 年製の製品より充電に関するランプ表示を変更致しました。
- この取扱説明書は 2014 年製の製品（変更前）と 2015 年製の製品（変更後）共用です。

※本書に記載しているイラストはイメージ図です。

4054603-5B

目 次

はじめに

ムーヴバンドの使いかた …… 3
- ムーヴバンドについて …… 3
- 使用のながれ …… 4

安全上のご注意 …… 5
各部の名前と付属品 …… 12
WM（わたしムーヴ）について …… 13

設定する

スマートフォンで初期設定する …… 14
アプリで目標歩数を設定する …… 16
アプリでアラームを設定する …… 17

使用する

測定する …… 19
- 2 つのモードを切り替える …… 20
- 現在のモードを確認する …… 23
- おもなランプと振動の一覧 …… 24
- 正しく測定できない使いかた …… 27

アプリで測定結果を見る …… 29
電源を OFF にする …… 31
電源を ON にする …… 32
充電する …… 33
本体をリセットする …… 37
初期化する …… 38

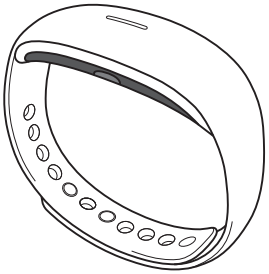
困ったときに

廃棄について …… 39
お手入れと保管のしかた …… 40
こんなときは …… 41
別売品について …… 46
仕様 …… 47
お問い合わせ …… 48

ムーヴバンドの使いかた

ムーヴバンドについて

ムーヴバンドをリストバンドとして
手首に装着することで、１日の歩数や
睡眠時間などを測定できます。



iPhone/Android スマートフォンで初期設定した後、ムーヴバンドで測定を開始します。**Bluetooth**® や NFC による無線通信で測定データを通信し、スマートフォンアプリで測定結果を確認することができる製品です。

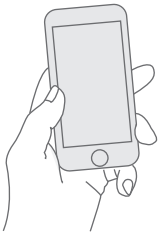
※ムーヴバンドをご利用いただくには、「WM（わたしムーヴ）アプリ」（無料）のダウンロードが必要です。

- **Bluetooth**® のワードマークは、**Bluetooth** SIG,Inc. が所有する登録商標です。
- iPhone は Apple Inc. の商標です。iPhone の商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
- Androidは Google Inc.の商標または登録商標です。
- ウェブサイト・アプリの仕様および本書に記載されている内容は、予告なしに変更する場合があります。

使用のながれ

ムーヴバンドは、このような流れで使います。

1 初期設定する



WM（わたしムーヴ）ポータルサイトで
アプリをダウンロードし、
スマートフォンで初期設定をします。
（→ 14 ページ）

「WM（わたしムーヴ）について」（→ 13 ページ）

2 測定する

日々のあなたの活動と睡眠時間を
測定します。（→ 19 ページ）

※本体は防滴設計です。水が入りにくい構造になっていますが、水の中につけたり、湿気の多い風呂場などに長時間放置すると故障の原因になります。

3 アプリで測定結果を見る

アプリと通信して、測定結果を
確認します。（→ 29 ページ）

重要

「ムーヴバンド」、「WM（わたしムーヴ）アプリ」は
日本国内専用です。

安全上のご注意

安全にご使用いただくために必ずお読みください。

- ここに示した内容は、製品を安全に正しく使用していただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味は次のようになっています。

警告、注意について

⚠警告	誤った取り扱いをすると、**人が死亡または重傷を負うことが想定される内容**を示します。
⚠注意	誤った取り扱いをすると、**人が傷害を負ったり物的損害 * の発生が想定される内容**を示します。

* 物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

図記号の例

必ず守る	●記号は強制（必ず守ること）を示します。（左図は“必ず守る”）
禁止	⃠記号は禁止（してはいけないこと）を示します。（左図は“禁止”）

⚠警告

充電について

付属の充電アダプタ以外で充電しないでください。
・ 火災や故障の原因になります。

浴室内などの水のかかる場所や、本体がぬれている状態で、充電をしないでください。
・ 感電や、けがの原因になります。

禁止

充電アダプタのケーブルが傷んだ場合は使用しないでください。
・ 感電やショート、発火の原因になります。

ぬれた手で充電アダプタを抜き差ししないでください。また、充電アダプタがぬれていないか確認してください。
・ 感電やけがの原因になります。

ぬれ手禁止

データ通信について

航空機内や病院など、無線機器の使用が禁止された区域では必ず本製品の電源を OFF にしてください。

必ず守る

植込み型医療機器(心臓ペースメーカーなど)の装着部位から 22cm 以内に近づけないでください。

禁止

保管について

乳幼児の手の届かないところに保管してください。
・ 万一、小さな部品を飲み込んだ場合はただちに医師に相談してください。

必ず守る

⚠ 警告

使用にあたって

本体やアプリ画面の確認は、安全な場所でおこなってください。
・ 周囲の状況を確認せずに本体およびアプリを操作すると、事故やけがの原因になります。

⚠ 注意

本体／充電アダプタの取り扱いについて

お手入れするときは、充電アダプタを抜いてください。
・ 感電やけがの原因になります。

充電アダプタはケーブルを引っ張らず、USB 端子部を持って抜き差ししてください。
・ 充電アダプタの断線やショートにより、火災や感電の原因になります。

充電アダプタの取り扱いは以下の項目に注意してください。
傷つけない／破損させない／加工しない／無理に曲げたり、引っ張らない／ねじらない／使用時は束ねない／重い物を載せない／はさまない／充電アダプタにケーブルを巻きつけない
・ 感電や火災、故障の原因になります。

---

1 週間以上ご使用にならないときは、充電アダプタをパソコンの USB ポートから抜いてください。
・ 絶縁劣化による感電や漏電火災の原因になります。

⚠ 注意

本体／充電アダプタの取り扱いについて

本体／充電アダプタは絶対に分解しないでください。
・ けがや故障の原因になります。

分解禁止

本体／充電アダプタを踏んだり落としたり、強い衝撃を与えたりしないでください。
・ けがや故障の原因になります。

禁止

充電アダプタは防水・防滴設計ではありません。洗ったり、ぬれた手でさわらないでください。
・ 故障の原因になります。

使用にあたって

本体はいつも清潔にしてお使いください。
・ 本体に付着した汗や汚れにより、皮膚にかぶれが生じる場合があります。発疹・発赤・かゆみ等の症状があらわれた場合には直ちに使用を中止し、皮膚科医師にご相談ください。

必ず守る

⚠ 注意

使用にあたって

運動中に身体に疲れや痛みを感じたら必ず休憩をとってください。もし痛みや不快が続くようであれば、直ちに運動を中止し、医師の診察を受けてください。

- 身体に過度の負担をかけた運動は、事故やけがの原因になります。無理のない範囲で行ってください。

必ず守る

減量や運動療法などをおこなう場合は、自分だけで判断せず、医師か専門家の指導を受けてください。また、本製品は睡眠障害等の病気の診断装置ではありません。測定結果の自己判断はしないでください。

- 自己判断は健康を害することがあります。

異常の発生や症状の悪化を防ぐため、次の場合は使用しないでください。

- アレルギー体質の方や肌が敏感な方。
- 装着部に骨折、傷、しびれ、腫れ、湿疹、かぶれなどの異常がある場合

禁止

強い静電気や電磁波のある場所で使用しないでください。

- 測定値に誤差が生じたり、故障の原因になります。

お願い

- 汗をかいた後、雨にぬれた後などに本体を充電するときは、充電アダプタと接触する部分と全体を乾いたやわらかい布等で、水分をよくふきとってから充電してください。
- 充電アダプタは本体の充電以外の目的で使用しないでください。

データ通信について

- 本製品は電波法に基づく工事設計認証を受けた2.4GHz帯小電力データ通信システムの無線設備です。本製品を改造、分解、本体記載の認証番号を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。
- 本製品を本製品と同じ周波数を使用した無線LAN、電子レンジ、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本製品との間で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、使用しない機器を停止するか、本製品の使用場所を変えるなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることには使用しないでください。
- 本製品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。海外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。

電波干渉に関するご注意

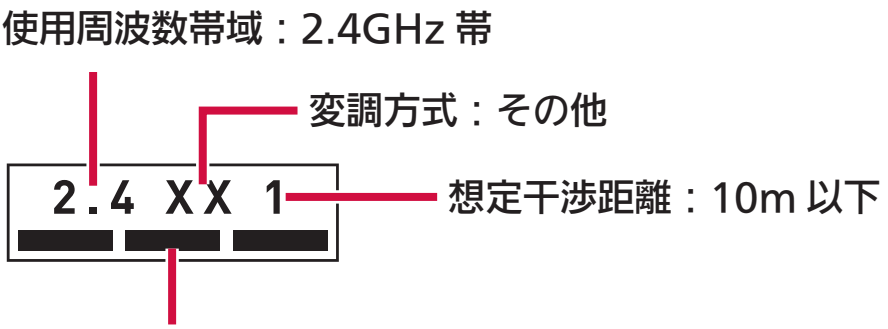
本製品の使用周波数帯では、電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局等（以下、「他の無線局」と略す）が運用されています。

1 本製品を使用する前に、近くで「他の無線局」を運用していないことを確認してください。

2 万一、本製品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、速やかに使用場所を変えるか、製品の使用を停止（電波の発信を停止）してください。

3 その他、電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、わたしムーヴカスタマーサポートセンターまでお問い合わせください。

次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。

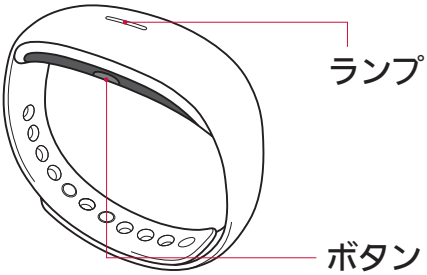


各部の名前と付属品

箱の中には次のものが入っています。

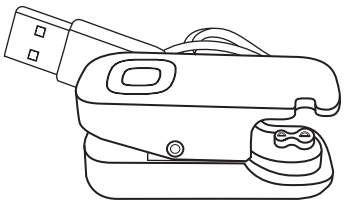
- **本体**

表面



裏面

- **充電アダプタ WMB02**
- **クイックガイド（品質保証書付き）**



万一、不足のものがありましたら、
わたしムーヴ カスタマーサポートセンター
（電話 0120-804-602）までご連絡ください。

WM（わたしムーヴ）について

「WM（わたしムーヴ）」は、「歩数」「睡眠時間」などの
からだデータの記録や健康管理のためのポータルサイトです。
あなたが望む「からだ」へ近づくように、サポートします。

WM（わたしムーヴ）ご利用の注意点

- 「WMアプリ」のご利用には、WM会員登録（無料）が必要です。
- WM会員登録には、メールアドレスが必要です。
- アプリで通信したデータは、サーバーに保管されます。
  ※お使いのスマートフォンには保存されません。
- 「ムーヴバンド」ならびに「WMアプリ」の推奨環境は次の URL からご確認ください。

http://wmpd.jp/

スマートフォンで初期設定する

※初期設定前、設定中にランプが点灯／点滅しないときは　充電をしてください。「充電する」（→ 33 ページ）

1 iPhone の場合

「設定」から Bluetooth® を「オン」にする

Android スマートフォンの場合

手順 2 からはじめる

2 次のサイトへアクセスする

http://wmpd.jp

3 「ムーヴバンド（WMB-02C）」のページから「WM（わたしムーヴ）アプリ」をダウンロードする

4 アプリを起動し、ログインする

はじめてご利用いただく場合は、
WM（わたしムーヴ）に会員登録をしてください。

5 機器登録をする

アプリ画面の指示に従って登録してください。

ランプがオレンジに点滅し、本体が振動したら、初期設定は完了です。

参考

初期設定直後は「活動モード」になります。

重要

- 初期設定項目の入力を間違えると、正しく測定できない場合があります。
- スマートフォンを機種変更したときは、本体の電源を OFF にして、手順 1 から初期設定をやり直してください。
  「電源を OFF にする」（→ 31 ページ）
- iPhone/Android スマートフォンで初期設定した後、別にお持ちの iPhone/Android スマートフォンで初期設定したいときは、本体の電源を OFF にして、手順 1 からやり直してください。

アプリで目標歩数を設定する

「活動モード」時の目標歩数と
目標時刻をアプリで設定できます。

目標歩数を達成したときや、
目標時刻になっても目標歩数を達成しなかったときは、本体のランプがオレンジに点滅し、本体が振動してお知らせします。

目標歩数と目標時刻を設定する

1「設定」から「機器の設定」を選択する

2 画面に表示された機器の中から、ムーヴバンドを選ぶ

画面の指示に従って、目標歩数と目標時刻を設定してください。

アプリでアラームを設定する

「睡眠モード」時にアラーム機能を使用できます。アプリで設定したアラーム時刻に本体が振動します。

アラームを設定する

1「設定」から「機器の設定」を選択する

2 画面に表示された機器の中から、ムーヴバンドを選ぶ

画面の指示に従って、アラームを設定してください。
アラームは次の 2 種類があります。

■通常のアラーム
設定したアラーム時刻に本体が振動します。

■体動によるアラーム
設定したアラーム時刻の30分前（初期設定）からアラーム時刻までの間で、あなたの眠りの状態から、起きやすいタイミングで本体が振動します。アラームが振動しても良い時間幅を10分から60分（10分間隔）で設定できます。

アラームを停止する

1 ボタンを押す

アラームはいったん停止しますが、スヌーズ機能によりしばらくすると再び振動します。

■スヌーズ機能について

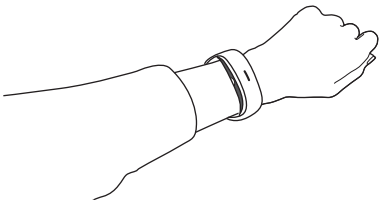
アラームをいったん止めても、しばらくすると再び振動する機能です。最初のアラームから60 分間繰り返します。アプリでスヌーズ機能の間隔を変更することができます。60分経過後、スヌーズ機能は自動解除されます。

参考

「活動モード」に切り替えると睡眠測定が終了し、スヌーズ機能は解除されます。「2 つのモードを切り替える」（→ 20 ページ）

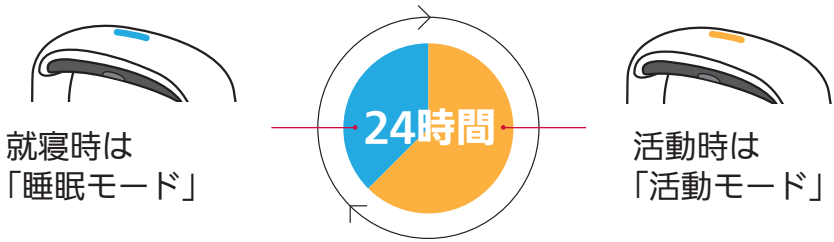
測定する

本体を手首に装着し、
活動時は「活動モード」、
就寝時は「睡眠モード」に
切り替えて測定します。



重要

- 本体は防滴設計です。水が入りにくい構造になっていますが、水の中につけたり、湿気の多い風呂場などに長時間放置すると故障の原因になります。
- 充電アダプタは防水・防滴設計ではありません。



重要

- 左右どちらの手首に装着しても測定できます。
- 本体を強く締めたり、ゆるめたりして装着しないでください。けがの原因となります。
- 正しく測定していただくために、手首にぴったり装着してください。
- かばんに取り付けて使用しないでください。

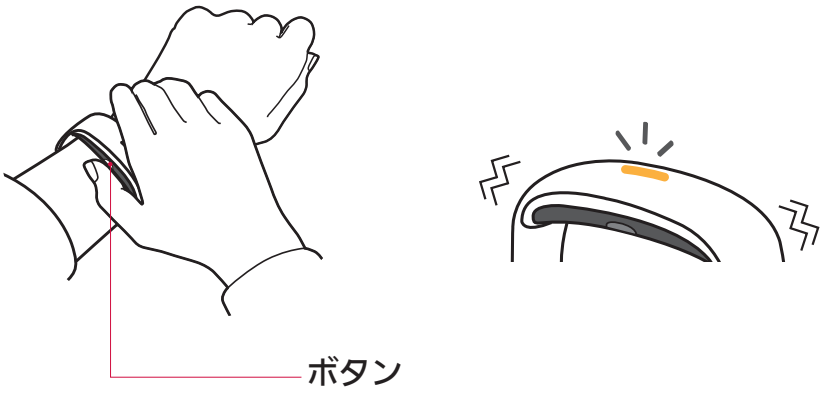
2 つのモードを切り替える

「活動モード」と「睡眠モード」を切り替えます。

1 ボタンを長押しし、ランプが点滅して、本体が振動したらボタンを離す

活動モード

ランプがオレンジに点滅し、本体が振動したときは「活動モード」です。あなたの歩数、移動距離、消費カロリーを測定します。

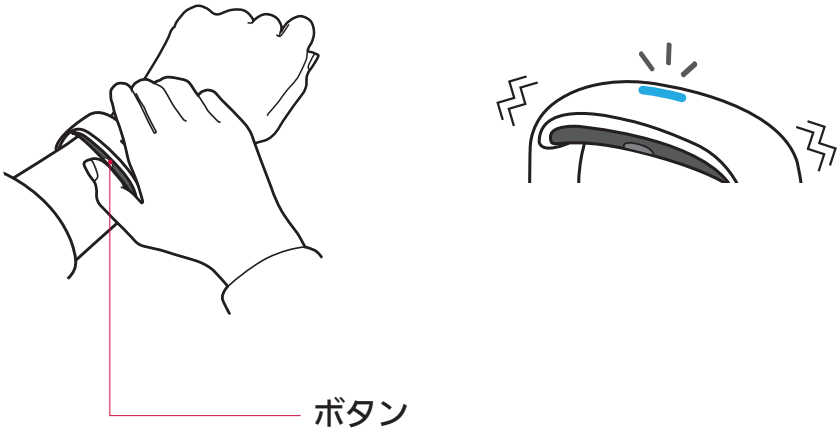


睡眠モード

ランプが青に点滅し、本体が振動したときは「睡眠モード」です。あなたの睡眠時間（寝つき時間、睡眠時間、起床にかかった時間、就寝中のからだの動き）を測定します。

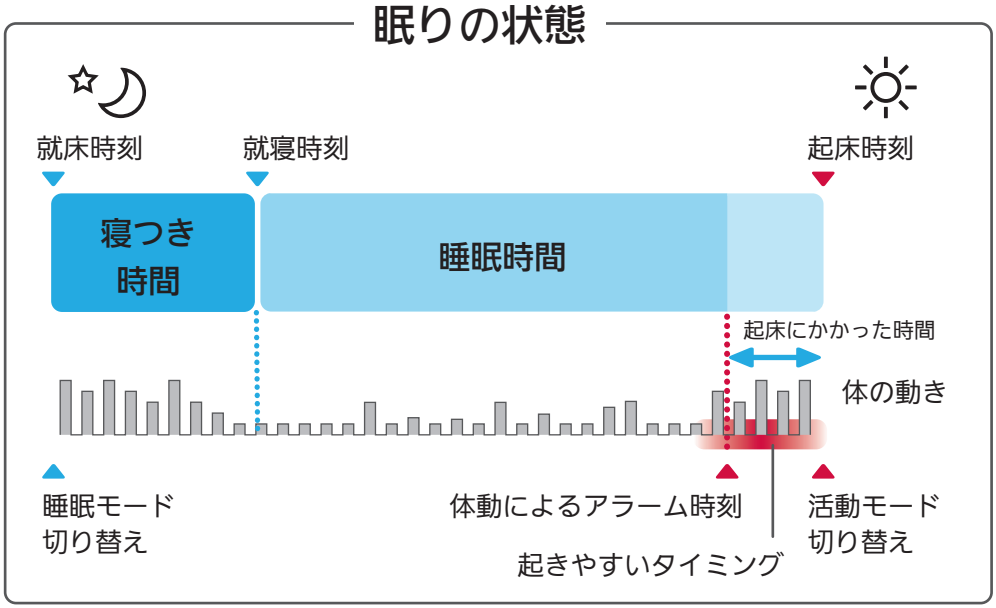
重要

「睡眠モード」時はスマートフォンとの通信ができません。



「活動モード」に切り替えると睡眠測定が終了し、スヌーズ機能は解除されます。「スヌーズ機能について」（→ 18 ページ）

■ 睡眠時間について



睡眠時間は、就寝時刻から起床時刻までの時間です。

就寝時刻が判定できなかった場合、睡眠時間の測定はできないことがあります。

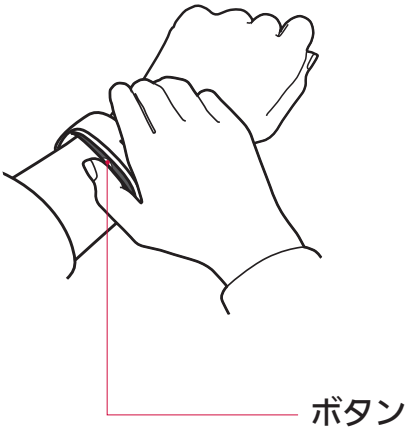
一定時間、からだの動きが検出されなかったときを就寝時刻と判定し、睡眠時間の測定を開始します。就寝時刻判定前にアラーム時刻になったり、測定を終了したりすると寝つきの時刻の判定ができないため、睡眠時間を測定できないことがあります。

「睡眠を正しく測定できない場合」（→ 28 ページ）

現在のモードを確認する

ボタンを押して現在のモードを確認します。

1「活動モード」/「睡眠モード」時にボタンを 1 回押す



ランプがオレンジに点灯したら「活動モード」、
ランプが青に点灯したら「睡眠モード」です。

「活動モード」

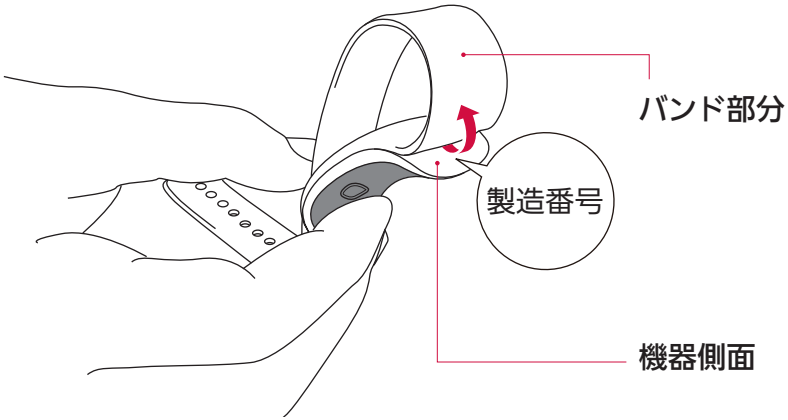
「睡眠モード」

おもなランプと振動の一覧

ランプの色と振動で本体の状態をお知らせします。
※ランプは、普段は消灯しています。
2015年製と2014年製の製品では、充電時のランプ表示が異なります。
2015 年製：充電時のランプが緑に点灯／点滅
2014 年製：充電時のランプが白に点灯／点滅

2015 年製 /2014 年製の製品の識別方法

製品を識別するときは、図のようにバンド部分を上にめくり、
側面に記載されている製造番号をご確認ください。



重要

バンド部分は無理にめくらないように注意してください。

2015 年製の製品の例

右から 2 文字目の数字が 5 の場合は、2015 年に製造された製品です。

15X5F

2014 年製の製品の例

右から 2 文字目の数字が 4 の場合は、2014 年に製造された製品です。

15X4F

2015 年製の製品　おもなランプと振動の一覧

2015 年製の製品と2014 年製の製品では、充電時のランプ表示が異なります。「2015 年製/2014 年製の製品の識別方法」(→24 ページ)「2014 年製の製品　おもなランプと振動の一覧」(→26 ページ)

色	状態	説明
オレンジ	点灯（約 2 秒）	「活動モード」であることを確認したとき (→ 23 ページ)
	点滅＋振動	「活動モード」になったとき (→20 ページ)
	連続点灯	連続点灯：本体が初期化待ちのとき (→ 38 ページ)
青	点灯（約 2 秒）	「睡眠モード」であることを確認したとき (→ 23 ページ)
	点滅＋振動	「睡眠モード」になったとき (→21 ページ)
	連続点灯	本体が起動中のとき（→ 32 ページ)
緑	点灯	本体が満充電の状態であることを確認したとき（→ 34 ページ)
	点滅	本体が充電中のとき（→ 34 ページ)
白	点灯	本体の電源を ON にするとき (→ 32 ページ)
	点滅	本体の電源を OFF にするとき (→ 31 ページ)
赤	連続点灯	動作異常がおきたとき（→ 37 ページ)

2014 年製の製品　おもなランプと振動の一覧

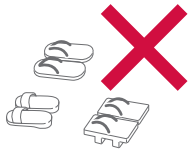
2015 年製の製品と2014 年製の製品では、充電時のランプ表示が異なります。「2015 年製/2014 年製の製品の識別方法」(→24 ページ)「2015 年製の製品　おもなランプと振動の一覧」(→25 ページ)

色	状態	説明
オレンジ	点灯（約 2 秒）	「活動モード」であることを確認したとき (→ 23 ページ)
	点滅＋振動	「活動モード」になったとき (→20 ページ)
	連続点灯	連続点灯：本体が初期化待ちのとき (→ 38 ページ)
青	点灯（約 2 秒）	「睡眠モード」であることを確認したとき (→ 23 ページ)
	点滅＋振動	「睡眠モード」になったとき (→21 ページ)
	連続点灯	本体が起動中のとき（→ 32 ページ）
白	点灯	本体が満充電の状態であることを確認したとき（→ 35 ページ） 本体の電源を ON にするとき (→ 32 ページ)
	点滅	本体の充電が開始されたとき (→ 35 ページ) 本体が充電中の状態（充電未完了）であることを確認したとき（→ 35 ページ） 本体の電源を OFF にするとき (→ 31 ページ)
赤	連続点灯	動作異常がおきたとき（→ 37 ページ）

正しく測定できない使いかた

活動を正しく測定できない場合

不規則な歩行をしたとき



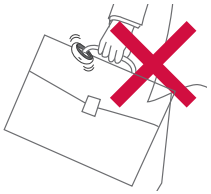
- すり足で歩く
- サンダル、下駄、草履などの履物で歩く
- 歩行の乱れ（混雑した街を歩く）

振動の多い環境で使用したとき

- 乗車中（自転車、自動車、電車、バスなど）の上下振動または横ゆれ

極端にゆっくり歩いたとき

正しく装着していないとき



- 手首以外に装着している
- かばんに取り付けている
- 本体をゆるめて装着している

その他

- 立ったり、座ったりする動作
- ウォーキング以外のスポーツ
- 急斜面の登り下り
- 活動時に「睡眠モード」で使用している
- 歩行以外で腕を振る動作が継続している
- かばんを持っていて、腕の振りが極端に弱い
- 家事をしていて、歩かずに手だけを動かしている

睡眠を正しく測定できない場合

正しく装着していないとき

- 手首以外に装着している
- 本体をゆるめて装着している

その他

- 就寝時に「活動モード」で使用している
- 本体周辺に振動するものがある

参考

本製品は寝返りなどによるからだの動きを測定し睡眠状態を判定しているので、眠っていなくても安静にしていると「睡眠」と判定されることがあります。

アプリで測定結果を見る

1 アプリを起動する

2 データを転送する

参考

「睡眠モード」時はデータ転送できません。

iPhone の場合

「活動モード」時に本体のボタンを押すと、ランプがオレンジに点灯し、データ転送が開始されます。

参考

次のときにもデータ転送できます。

●起床時「睡眠モード」から「活動モード」へ切り替えたとき

起床時、「活動モード」へ切り替えた時点から 30 分間は、通信可能な状態になります。
アプリを起動し、画面の指示に従ってデータ転送してください。

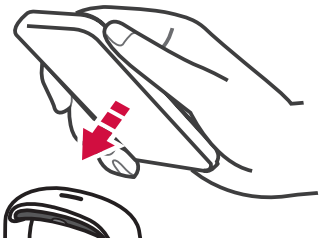
●目標歩数の達成／未達成の通知が来たとき

目標歩数の達成／未達成について通知が来た時点から 1 分間は、本体が通信可能な状態になります。
アプリを起動し、画面の指示に従ってデータ転送してください。

※アプリを起動しデータ転送をしようとした状態で、時間切れになった場合は、もう一度ボタンを押すと通信可能な状態になります。

Android スマートフォンの場合

「活動モード」時にアプリの「データ転送」ボタンをタップし、スマートフォンを本体のランプの位置にかざすと、データ転送が開始されます。



3 アプリで数値やグラフを確認する

電源を OFF にする

次のような無線機器の使用が禁止された区域では、
本体の電源を OFF にしてください。

・航空機に乗るとき・病院にいるとき・海外にいるとき

1「活動モード」または「睡眠モード」の状態で、ランプが白に点滅するまでボタンを押す（約 10 秒）

参考

ランプが白に点滅するまでに一度、モードが切り替わります。

2 ランプが白に点滅したら、一度ボタンを離す

3 ランプが消灯するまで、もう一度ボタンを押し続ける

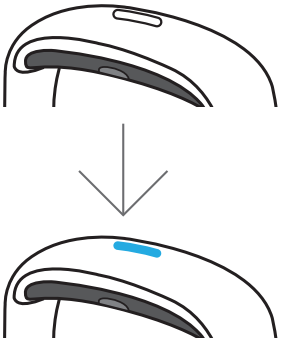
ランプが消灯したら、
電源 OFF 完了です。

参考

ランプが白に点滅している状態で、ボタンを 1 回押す、または 20 秒経過すると「活動モード」になり、電源 OFF はキャンセルされます。

電源を ON にする

1 ボタンを長押しし、ランプの点灯が白から青に変わったら、ボタンを離す



参考

ボタンを 10 秒以上押すと、ランプがオレンジに点灯し、初期化の操作手順になります。「初期化する」（→ 38 ページ）

※オレンジに点灯した状態で、もう一度ボタンを押すと初期化がキャンセルされます。ランプが青に点灯したら、手順 2 をおこなってください。

2 ランプが青に点灯している状態で、アプリを起動する

iPhone の場合

アプリを起動後、そのまましばらくお待ちください。

Android スマートフォンの場合

アプリを起動後、「データ転送」ボタンをタップしてください。

ランプがオレンジに点滅し、本体が振動したら電源 ON 完了です。

参考

ランプが青に点灯している状態で、ボタンを長押しすると、ランプが消灯し、電源ONをキャンセルできます。

充電する

1 回につき約 2.5 時間程度、充電してください。満充電後、約 7 日間使用可能です。

※ 2015 年製の製品と 2014 年製の製品では、充電時のランプ表示が異なります。「2015 年製 /2014 年製の製品の識別方法」（→ 24 ページ）

※電池残量はアプリで確認します。

※充電は本体を手首から、はずした状態でおこないます。

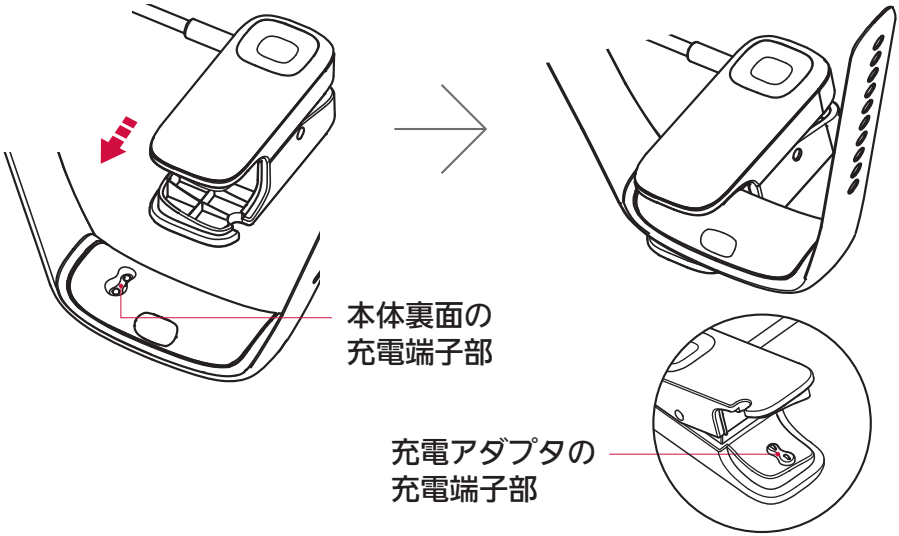
※電池残量がなくなったときや長期間使用しなかったときは、必ず満充電になるまで充電してください。

重要

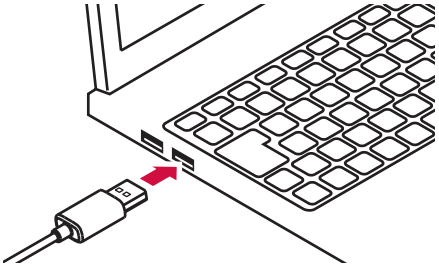
充電は 5℃～ 35℃の環境でおこなってください。

1 本体を充電アダプタではさむ

本体裏面の充電端子部と充電アダプタの充電端子部を合わせてください。

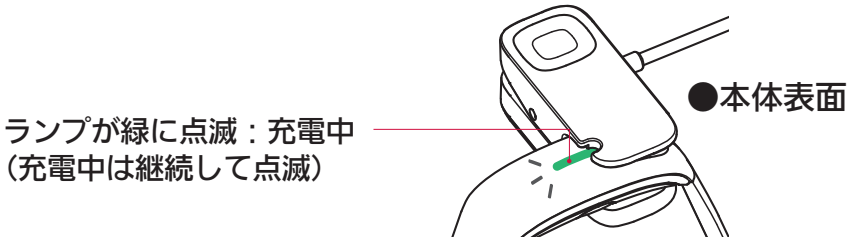


2 充電アダプタの USB 端子を パソコンの USB ポートに差し込む



2015 年製の製品の場合

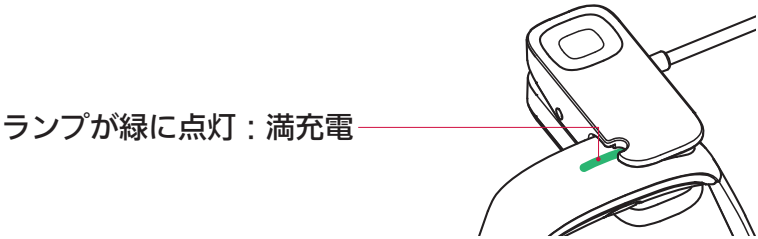
本体表面のランプが緑に点滅し、充電が開始されます。



満充電になると、ランプの点滅が終了します。

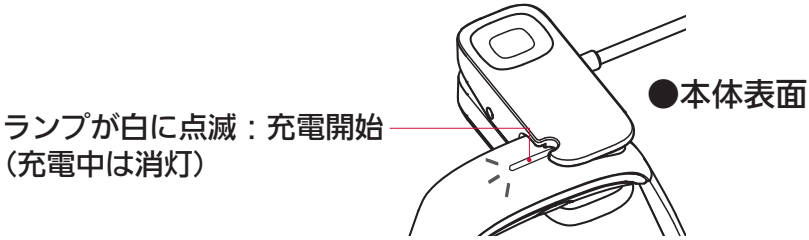
■満充電の状態を確認するには

ランプの緑点滅が終了した後（消灯状態）、充電アダプタをはさんだまま、ボタンを1回押します。



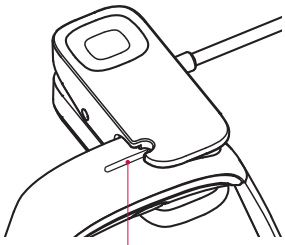
2014 年製の製品の場合

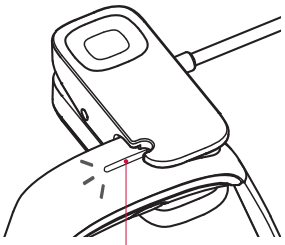
本体表面のランプが白に点滅し、充電が開始されます。
※充電開始後、しばらくするとランプは消えます。



■満充電の状態を確認するには

充電アダプタをはさんだまま、ボタンを1回押します。





2015 年製の製品／ 2014 年製の製品共通

■ご購入時や電源 OFF から充電したとき

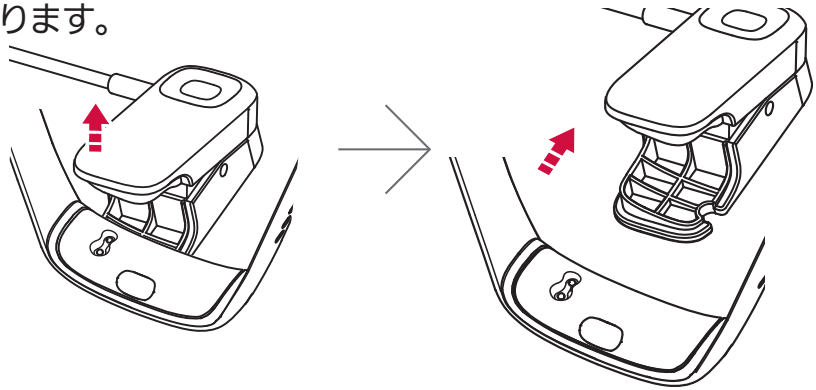
ご購入時や電源OFFから充電したときは、充電が開始されてもランプが点滅しません。ボタンを1 回押すと、充電状態を確認できます。

2015 年製の製品→ランプが緑に点滅
2014 年製の製品→ランプが白に点滅

※充電中はデータ転送ができません。
※充電アダプタを利用してデータ転送することはできません。

3 充電アダプタから本体を取り外す

充電アダプタを開いて、本体を取り外してください。
ランプがオレンジに点滅して本体が振動し、「活動モード」になります。



参考

ランプがオレンジに点滅、本体が振動しないときは、本体の電源を ON にし、アプリと通信してください。
「電源を ON にする」（→ 32 ページ）

重要

- 満充電までの所要時間は約 2.5 時間です。
  ※時間は目安であり、充電環境や電池残量により変わります。
- 電池残量がなくなった状態では、測定や通信はできません。
- 電池がなくなっても、測定データは消えません。
- 毎日、満充電したり、電池残量なしでの保管は電池の性能や寿命を低下させる原因となります。
- 本体を繰り返し充電すると、満充電時に使用できる時間が少しずつ短くなります。極端に短くなったら電池の寿命です。「廃棄について」（→ 39 ページ）
  ※電池の交換はできません。

充電が終わったら、日々のあなたの活動と睡眠時間を測定しましょう。「測定する」（→ 19 ページ）へ

本体をリセットする

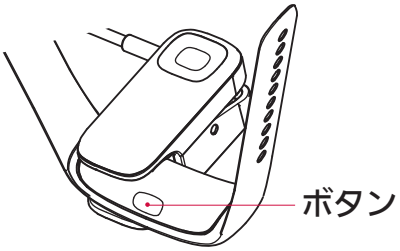
次のときは本体をリセットし、もう一度起動してください。

- 動作異常が起きて本体のランプが赤に点灯したとき
- ボタンを押しても動作しないとき

1 本体を充電アダプタではさみ、USB 端子をパソコンの USB ポートに差し込む

2 ランプが白に点灯するまでボタンを押す（約 10 秒）

ボタンを離すと本体がリセットされます。



3 本体の電源を ON にする

リセット後、本体の電源が OFF になります。ボタンを長押しし、電源を ON にしてください。
「電源を ON にする」
（→ 32 ページ）

重要

本体をリセットしても、測定データは消えません。

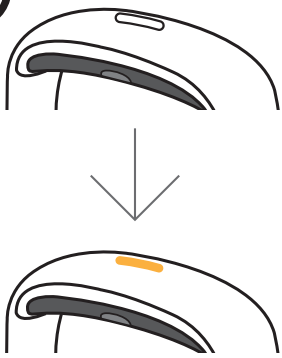
初期化する

初期設定時の値と過去の測定値をすべて消去し、購入時の状態に戻したいときは、次の手順で初期化をしてください。

1 電源を OFF にする

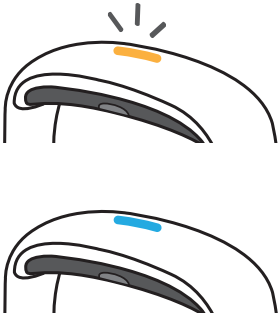
「電源を OFF にする」（→ 31 ページ）へ

2 電源 OFF の状態で、ランプがオレンジに点灯するまでボタンを長押しする



ボタンを押すとランプが白に点灯し、しばらく押し続けるとランプが青に点灯します。青からオレンジに点灯したら、ボタンを離します。

3 ランプがオレンジに点灯している状態で、ボタンをもう一度長押しする



ランプがオレンジの点灯から点滅に変わったら、初期化完了です。

再度使用する場合は、ランプが青に点灯したら、スマートフォンで初期設定をしてください。
「スマートフォンで初期設定する」（→ 14 ページ）へ

参考

ランプがオレンジに点灯している状態で、ボタンを一回押すと、初期化はキャンセルされます。

廃棄について

本製品はリチウムイオン充電池を使用しています。リチウムイオン電池は、リサイクル可能な貴重な資源です。
本体を廃棄するときは、お近くのドコモショップへお持ちください。

お手入れと保管のしかた

お手入れについて

本体／充電アダプタの汚れは乾いたやわらかい布で拭き取って、いつも清潔にしてお使いください。汚れがひどいときは、水または薄めた中性洗剤をしみこませてよく絞ったやわらかい布で、拭き取り、から拭きしてください。

充電端子部が汚れていると接触が悪くなり、電源が切れたり充電不十分の原因となったりするので、乾いた綿棒などで時々拭いてください。また、清掃するときは、充電端子部が破損しないように十分ご注意ください。

重要 **本体内部に水などが入らないようにしてください。**

お手入れと保管の注意

汚れを落とすとき、ベンジン、シンナー、アルコールなどを使用しないでください。
次のようなところに保管しないでください。

- 水のかかるところ
- 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ
- 傾斜、振動、衝撃のあるところ
- 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ

乳幼児の手の届かないところに置いてください。

過放電による電池劣化防止のため、長期間ご使用にならない場合でも、2 ヶ月に 1 回は充電をしてください。

※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

こんなときは

こんなとき	原　因	対処のしかた
充電できない	接続先のパソコンを起動していない	接続先のパソコンを起動してください
	USB 端子がパソコンの USB ポートに正しく差し込まれていない	USB 端子をパソコンの USB ポートに正しく差し込んでください「充電する」（→ 33 ページ）
	室温が充電できない温度になっている	5℃以上、35℃以下の室温で充電してください
	充電アダプタに本体が正しくはさまれていない	本体を充電アダプタからいったん取り外し、もう一度はさんでください「充電する」（→ 33 ページ）
	繰り返して使用したことによる充電池の寿命が考えられます※充電池の交換はできません「廃棄について」（→ 39 ページ）	
本体と充電アダプタがあたたかい	製品の特性上少しあたたかくなる	故障ではありません また本製品の寿命にも影響ありません
ボタンを押してもランプが点滅／点灯しない	本体をリセットしてください「本体をリセットする」（→ 37 ページ）	

こんなとき	原　因	対処のしかた
ボタンを押してもランプが点滅／点灯しない	本体が起動していない	本体を起動してください「電源を ONにする」（→ 32 ページ）
	電池残量がなくなった	充電してください「充電する」（→ 33 ページ）
電池の消耗がはやい	長期間ご使用にならなかったときや使用中に動作が停止したときは、満充電になるまで充電してください「充電する」（→ 33 ページ）このとき、充電アダプタに本体が正しくはさまれていることを確認してください	
	1 日に本体とアプリの通信を頻繁に実行している場合は、通信回数を減らしてください 通信回数を減らしても電池の消耗が早い場合は、わたしムーヴ カスタマーサポートセンターにご連絡ください（→ 48 ページ）	
活動モード、睡眠モードにならない	スマートフォンで初期設定していない	スマートフォンで初期設定をしてください「スマートフォンで初期設定する」（→ 14 ページ）
	電池残量がなくなった状態から充電を完了した	本体の電源を ON にして、アプリと通信してください「電源を ON にする」（→ 32 ページ）

こんなとき	原　因	対処のしかた
本体を充電アダプタにはさんでもランプが点滅しない	USB 端子を正しく接続していない	正しく接続してください「充電する」(→33 ページ)
	充電アダプタに本体が正しくはさまれていない	本体を充電アダプタからいったん外し、もう一度はさんでください「充電する」(→ 33 ページ)
	電池残量がない状態で、本体を充電した	しばらく充電してから、ボタンを 1 回押して充電状態を確認してください「ご購入時や電源 OFF から充電したとき」(→ 35 ページ)
	上記の対処でもランプが点滅しない場合、故障の可能性があるため、充電を中止し、わたしムーヴ カスタマーサポートセンターにご連絡ください（→ 48 ページ)	
実際の活動 / 睡眠と測定結果が合わない	スマートフォンで初期設定したときに入力した値が間違っている	WM(わたしムーヴ)ポータルサイトへログインし、会員情報からプロフィールの変更をおこなってください
	装着方法が間違っている	正しく手首に装着してください「測定する」(→19 ページ)
	正しく使用していない	「正しく測定できない使いかた」(→ 27 ページ、28 ページ）をご覧ください

こんなとき	原　因	対処のしかた
実際の活動 / 睡眠と測定結果が合わない	モードが間違っている	現在のモードを確認してください「現在のモードを確認する」(→ 23 ページ)
ランプが赤に点灯した	動作異常が起きた	本体をリセットしてください「本体をリセットする」(→ 37 ページ) それでもランプが消えない場合は、わたしムーヴカスタマーサポートセンターにご連絡ください(→ 48 ページ)
iPhone でデータ転送を開始しない	使用中のものとは別の iPhone で初期設定された	電源を OFF にし、初期設定してください「電源を OFF にする」(→ 31 ページ)「スマートフォンで初期設定する」(→ 14 ページ)
	アプリを起動していない	アプリをインストール、または起動してください「スマートフォンで初期設定する」の手順 4 (→ 14 ページ)
	Bluetooth® が OFF になっている	**Bluetooth**®を ONにしてください「スマートフォンで初期設定する」(→ 14 ページ)

こんなとき	原　因	対処のしかた
iPhone でデータ転送を開始しない	強い磁力や電波の発生するものの近くでデータ転送した	電波の影響を受けない場所で、もう一度データ転送をおこなってください
	Android スマートフォンで初期設定した	iPhone で初期設定してください (→ 14 ページ)
iPhoneの「設定」-「Bluetooth」内のデバイス一覧に機器が表示されない	アプリをダウンロードしていない	アプリをダウンロードしてください。iPhone の「設定」から Bluetooth を「オン」にした後、アプリを起動し、初期設定をしてください「スマートフォンで初期設定する」(→ 14 ページ)
Android スマートフォンでデータ転送を開始しない	強い磁力や電波の発生するものの近くでデータ転送した	電波の影響を受けない場所で、もう一度データ転送をおこなってください
	Android スマートフォンと本体との距離が離れすぎている	Android スマートフォンと本体を近づけてください。
データ転送中にエラー表示が出た		アプリ画面の表示を確認し、指示に従ってください

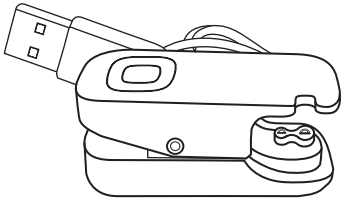
「こんなときは」に記載している対処方法でも直らない場合、わたしムーヴ カスタマーサポートセンターまでお問い合わせください。(→ 48 ページ)

別売品について

別売品のお求めは、
わたしムーヴ カスタマーサポートセンター
（電話 0120-804-602）までお問い合わせください。

次の別売品をご用意しています。

- **充電アダプタ WMB02**



※本製品に付属しているものと同じです。

仕様

名　　称	ムーヴバンド WMB-02C セット
型　　番	WMB-02C-K/WMB-02C-LB/WMB-02C-BR /WMB-02C-PK
測定機能	歩数、移動距離、消費カロリー、睡眠時間
通　　信	NFC-F（ISO/IEC 18092 準拠） **Bluetooth**® 4.0（Low Energy）
Bluetooth® 通信距離	約 3m*
対象年齢	18～79 才
メ　モ　リ	本体記録メモリ：活動　最大 7 日分 睡眠　最大 7 回分 ※測定データはアプリで確認できます。
使用環境	温度：0～＋ 40℃ 湿度：30～85% RH 充電時／データ転送時：＋ 5～＋ 35℃
サ　イ　ズ	本体：手首周 135-210 mm 厚さ 約 11 mm 幅 約 20 mm 充電アダプタ：縦 約 53 × 横 約 23 × 厚さ 約 24 mm
内蔵電池	リチウムイオン充電池（40 mAh）
充電方式	専用充電アダプタによる USB 充電 （パソコンにて約 2.5 時間充電してください。） 満充電後、約 7 日間使用可能です * ※当社試験条件による
重　　量	本体：約 17 g 充電アダプタ：約 30 g
付　属　品	充電アダプタ WMB02、クイックガイド（品質保証書付き）

お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

* 使用可能時間、通信距離は、通信機器間の距離や障害物、電波状況、お使いの機器の使用状況などにより変化します。また、電波状況により通信が切断される場合があります。

お問い合わせ

製品や製品の交換に関するお問い合わせ

わたしムーヴ カスタマーサポートセンター

TEL 0120-804-602

◎受付時間 9：00 ～ 20：00（年中無休）
※携帯電話・PHS からもご利用できます。

■推奨環境やよくあるご質問

下記 URL より、推奨環境およびよくあるご質問やヘルプをご確認いただけます。

http://wmpd.jp

発売元：ドコモ・ヘルスケア株式会社